



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

關於立法會施家倫議員書面質詢的答覆

遵照行政長官指示，經徵詢教育及青年發展局、社會工作局、文化局、體育局、勞工事務局之意見，本人對立法會2025年5月28日第482/E403/VII/GPAL/2025號函轉來施家倫議員於2025年5月23日提出，行政長官辦公室於2025年5月29日收到之書面質詢，答覆如下：

特區政府貫徹落實“四級聯防、四環緊扣”的聯合機制，透過聯動跨部門、不同社團機構協作，以健康社區、健康企業、健康校園為切入點，為居民提供全方位、多層次的心理健康服務。

就企業員工方面，衛生局透過“健康企業”計劃，鼓勵企業開展涵蓋身體、心理及社交層面的健康促進活動，積極促進企業建立關懷與支持文化，重視員工心理健康與壓力管理，協助推動工作與生活之間的平衡，營造積極健康的職場文化，從而有助預防情緒困擾，提升整體精神健康水平。

社會工作局透過“社區心理健康伙伴計劃”，與公共部門、綜合旅遊休閒企業、物業管理公司、巴士公司等團體合作，為員工舉辦心理健康推廣活動及培訓，內容主要圍繞情緒及壓力辨識、關懷他人、聆聽技巧和同理心運用、心理健康服務資源等，並為有需要的人士提供心理支援及轉介服務，未來社會工作局將透過與不同的機構和團體合作，持續推廣“有心人”的概念，致力培訓更多的“生命守門人”，與全社會共同努力，推動關懷“身邊人”和對心理健康的關注，營造“善解人意”的社會氛圍。目前已有逾7,000人接受培訓成為“生命守門人”。

勞工事務局持續開辦“認識工作疲勞與工作壓力”及“衝突管理”等單元證書課程，課程內容包括認識引致工作壓力的因素和壓力對個人健康造成的影響等，亦會因應學員的工作特性，在培訓課程、講座及宣傳推廣等項目中，加入相應的職業健康內容，例如預防疲勞上班和認識工作壓力等主題，向企業和從業人員宣揚職業健康訊息。

針對居民在心理或情緒上可能出現的困擾，衛生局除提供心理支援措施外，亦倡導居民養成規律運動、均衡飲食和充足休息等的健康生活模式。教育及青年發展局透過《本地學制正規教育課程框架》及“基本



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

學力要求”，從小學教育階段開始教導學生建立健康生活的習慣，培養參與體育運動的興趣。同時，通過提供教學課件及人員培訓，自2024/2025學年起推動學校每月開展心理健康課，加強學生關注、認識及正確處理自身情緒，提升學生的抗逆能力。2025年，推出“活力校園”計劃，透過六大措施，涵蓋學生與學校兩大層面，引導學生逐步養成充足運動習慣，增強身體素質，建立正向生活模式。

體育局將持續舉辦並優化現有的13項多元化大眾康體活動，涵蓋長者、親子、婦女、殘疾人士等不同群體，並在活動中加入身心健康推廣等元素。期望透過大眾體育的平台，結合運動醫學知識的推廣，推動居民多參與體育運動的同時，亦可讓居民透過運動增強抗壓能力，紓緩焦慮的情緒，促進身心健康。

文化局積極透過“文化走進社區”、“澳門全城共讀月”等活動，在不同社區讓居民在日常中感受文化滋養和生活幸福感，促進身心健康發展。此外，“2025澳門全城共讀月”以“閱讀x運動”為主題，舉辦專題講座、讀書會和主題書展等，幫助各年齡層居民在運動與閱讀中獲得心理支持與情緒調適。

衛生局按國際上所倡導的自殺防治策略制定全面性、選擇性及指標性的預防措施，持續監測本澳自殺個案情況，系統化收集性別、年齡、職業及自殺成因等數據，開展多維度分析。同時，衛生局持續每10年開展“澳門健康調查”，收集包括居民心理健康和睡眠狀況等健康數據，為政策制訂提供參考依據。

衛生局局長
羅奕龍